**KONTAKTKY**

**Kontakty PPP:**

* pedagogicko-psychologická poradna Ústí nad Orlicí, pracoviště Svitavy +420 461 532 486
* pedagogicko-psychologická poradna Ústí nad Orlicí, pracoviště Moravská Třebová +420 775 575 483
* pedagogicko-psychologická poradna Ústí nad Orlicí, pracoviště Svitavy – okresní metodik prevence 775 575 480, 461 532 486

**Linky pomoci:**

* **linka bezpečí** 116 111 nebo 800 155 555

[www.linkabezpeci.cz](http://www.linkabezpeci.cz), pomoc@linkabezpeci.cz, chat.linkabezpeci.cz

* **rodičovská linka** 840 111 234
* je v provozu každý všední den odpoledne:

 pondělí, středa, pátek od 13:00 – 16:00 hodin

 úterý a čtvrtek od 16:00 – 19:00 hodin

* **linka vzkaz domů** 800 111 113
* **internet Helpline** 800 155 555
* **národní linka prevence AIDS** 800 144 444

**Pomocné a informační www stránky**

[www.capld.cz](http://www.capld.cz) (seznam linek důvěry)

**POMOC - KYBERŠIKANA**

[www.kybersikana.eu](http://www.kybersikana.eu)

[www.nebutobet.cz](http://www.nebutobet.cz)

[www.ovce.sk](http://www.ovce.sk)

**POMOC ŠIKANA**

[www.minimalizacesikany.cz](http://www.minimalizacesikany.cz)

[www.sikana.org](http://www.sikana.org)

[www.sikana.cz](http://www.sikana.cz)

**POMOC SEBEPOŠKOZOVÁNÍ**

[www.psychologie.doktorka.cz/zpusoby-sebeposkozovani](http://www.psychologie.doktorka.cz/zpusoby-sebeposkozovani)

[www.spondea.cz](http://www.spondea.cz)

**POMOC DROGY**

Youtube – Drogy – 1.-8. díl – cyklus o drogách /ne/jen pro rodiče

* [www.addictionsinfo.eu](http://www.addictionsinfo.eu/) (Evropský portál o alkoholu, drogách a závislostech)
* www.drogovaporadna.cz
* www.drogy-info.cz
* [www.sidliste.cz](http://www.sidliste.cz/) – problematika dětí a drog
* [www.odrogach.cz](http://www.odrogach.cz)

**POMOC PORUCHY PŘÍJMU POTRAVY**

* [www.ppinfo.cz](http://www.ppinfo.cz/) (portál o poruchách příjmu potravy)

**POMOC PŘI KOUŘENÍ**

* [www.dokurte.cz](http://www.dokurte.cz)

**POMOC AIDS**

* www.aids-hiv.cz

**POMOC ALKOHOL**

* www.pobavme-se-o-alkoholu.cz

**NEBEZPEČNÉ ZPRÁVY**

* [www.mobilstory.cz](http://www.mobilstory.cz) – pomoc a rada při nevhodném obsahu zprávy (mobil, internet)

**RŮZNÉ STRÁNKY POMOCI**

* www.ceskaskola.cz
* www.addictionsinfo.eu
* www.sananim.cz
* www.odyssea.cz
* www.poradenskecentrum.cz
* www.plbohnice.cz
* [www.zivot-bez-zavislosti.cz](http://www.zivot-bez-zavislosti.cz)
* www.bezpecne-online.cz
* [www.prevence-info.cz](http://www.prevence-info.cz/)

**NEBEZPEČNÉ KOMUNIKAČNÍ PRAKTIKY**

[www.e-bezpeci.cz](http://www.e-bezpeci.cz) – informace pro rodiče a žáky, týkající se bezpečných komunikačních praktik jako:

SMS Spoofing, Flaming, Kyberstalking, Cyber Bullying-Kyberšikana, Hoax, Spam, Google Bombing, Phishing, Pharming, Sociální inženýrství, dětská pornografie

**OSTATNÍ**

* [www.msmt.cz](http://www.msmt.cz/) (související vyhlášky, dokumenty)
* [www.prevence.wz.cz](http://www.prevence.wz.cz/) (zde najdete další odkazy na užitečné a zajímavé www stránky)

Vypracovala: Mgr. Kateřina Továrková (ŠMP)

Jaroměřice: dne 1. 2. 2017